

＋つぼカルテ＋

症状 便秘・下痢

No, 3

使うつぼの名称	《便秘が慢性化》天枢（てんすう）・大巨（だいこ）・大腸俞（だいちょうゆ） 外関（がいかん）血海（けっかい）・三陰交（さんいんこう）
	《おなかまわり》中腕（ちゅうかん）・天枢（てんすう）・大巨（だいこ）・梁丘（りょうきゅう） 裏内庭（うらないてい）
	《運動不足で便秘》巨闕（こけつ）・大巨（だいこ）・大腸俞（だいちょうゆ）・小腸俞（しょうちょうゆ）
	《慢性の下痢》足三里（あしさんり）・三陰交（さんいんこう）

つぼ位置マップ

